



Club Muntanyenc Mollet

C/ Pineda Fosca, 6 - Casal La República - 08100
Tel/fax: 935791285 a/e: cmuntanyencmollet@gmail.com

MOLLET DEL VALLÈS
<http://www.cmmollet.cat>

Edició: 19 d'oct. de 2026 12:00 CEST

NOVEMBRE 2026

Us informem que **del 12 de novembre a l'1 de desembre** estaran obertes les votacions del 20è **Concurs de Fotografia Digital** de Muntanya del Club Muntanyenc Mollet.

En aquesta edició hi participen nombroses fotografies realitzades per socis i sòcies del club, repartides en dues categories:

- **Tema lliure:** *Activitats i esports a la muntanya.*
Obert a tothom, tant a socis i sòcies del Club Muntanyenc Mollet com a participants no socis.
- **Tema obligatori:** *Salts d'aigua a la muntanya, en totes les seves formes.*
Obert exclusivament als socis i sòcies del Club Muntanyenc Mollet.

Us animem a participar-hi i ajudar-nos a escollir les millors imatges d'aquesta edició.

La vostra participació és essencial per reconèixer la creativitat i la mirada muntanyenca dels membres del club.

Participa-hi i fes sentir la teva veu!

Dilluns - 2 - Extrem

Del 2 als 5 Travessa de la Costa Vermella
amb calma. Argelers-Portbou (Rosselló/Empordà)

Vocal: **Lluís Mas Pi**

Recorregut: 41 km en etapes, segons les ganes de cada dia, amb un desnivell de
↑1440 m / ↓1429 m.

Dificultat: Mitjana.

Cal portar: Equipament personal. Al llarg del recorregut trobarem menjar i
reservarem per Booking l'allotjament per dormir.

Lloc de sortida: Estació Mollet -
Sant Fost a les 6:29 h.

Transport: Tren.

Observacions: La distància i el temps de cada etapa es decidiran segons les ganes i el ritme de cada dia. Serà una sortida a l'estil de Josep Maria Espinàs, visitant indrets emblemàtics com antics camps de concentració d'Argelers, Cotlliure, reserva marítima, etc.

Cartografia: <https://tuit.cat/RvhUH>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b95336ccdf>

Dijous - 5 - Grup Dijous

Matinal: Llinars del Vallès

(Vallès Oriental)

Vocals: **Francisco Vera i Carlos Revilla**

Recorregut: 8,56 km amb un desnivell de ↑265 m / ↓265 m i 3:30 h de durada.

Dificultat: Baixa.

Cal portar: Esmorzar, aigua i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la
Riera Seca a les 7:30 h.

Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/dKiCJ> (Es realitzarà una ruta de característiques similars per la mateixa zona.)

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b958446912>

Dissabte - 7 - Extrem

Els Dossos, llac, barraques dels pescadors de Salses (Rosselló)
i a la tarda passeig opcional pel centre de Perpinyà

Vocal: **Lluís Mas Pi**

Recorregut: 10 km amb un desnivell de ↑6 m / ↓6 m i 4 hores de durada.
Dificultat: Sense.
Cal portar: Botes, esmorzar, aigua, crema solar i carmanyola per dinar o plat combinat pel Barcarès per uns 18€

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h.
Transport: Vehicles particulars.

Observacions: Activitat ideal també per a la **marxa nòrdica**. El recorregut es farà en dos trams, un de **6 km** i un altre de **4 km**, per una reserva natural on hi ha una colònia de flamencs. Per tal de no espantar-los, us demanem que **eviteu portar roba de colors molt vius** i que procureu **no fer gaire xivarri** durant el recorregut. Després de dinar, podem aprovisionar-nos al **celler de Salses: Arnaud de Villeneuve**.

A la tarda, de manera opcional, podem fer un tomb pel **centre de Perpinyà**, coincidint amb la Diada de Catalunya Nord, amb els companys del **GPRENC**.

Cartografia: <https://tuit.cat/I5tAF>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b95c4dca9b>

Dissabte - 7 - Tothom

Sortida cultural: Passejada pels arbres i les (Vallès Oriental)
arbredes d'ahir i avui de Mollet

Vocal: **Maria Teresa Llavina**

Recorregut: 4 hores de durada.
Dificultat: Sense. Porteu calçat còmode i aigua.

Lloc de sortida: Club a les 9:00h.
Aforament màxim: 25 persones.

Observacions: Una ciutat sense arbres és com un cel sense estrelles. Us convidem a redescobrir com aquests testimonis vius del paisatge han contribuït a forjar la identitat, la memòria col·lectiva i la qualitat de vida de Mollet al llarg del temps. Una passejada matinal per la ciutat, amb una petita incursió a Gallecs, per conèixer la història, els valors naturals i el patrimoni arbori que connecten el passat i el present del nostre entorn, de la mà de Jordi Bertran, director del Centre d'Estudis Molletans.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b95f578b04>

Diumenge - 8 - Fotografia

Sortida fotogràfica: Tothom a la (Osona)
Fageda de la Grevolosa

Vocals: **Josep Maria Cruz i Francisco Vera**

Recorregut: 8 km amb un desnivell de ↑266 m / ↓266 m i 4:30 hores de durada.
Dificultat: Baixa.
Cal portar: Esmorzar, aigua, botes, bastons i càmera fotogràfica o mòbil.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:00h.
Transport: Vehicles Particulars

Observacions: Aquesta sortida està pensada per gaudir dels colors i els paisatges de la tardor a través de la fotografia. Caminarem amb calma, sense presses, aturant-nos sempre que calgui per observar l'entorn i captar aquells racons que fan d'aquesta estació una època tan especial.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b9622a56a9>

Dijous - 12 - Grup Dijous

Matinal: De Vallromanes a Sant Mateu (Anoia)

Vocals: **Francisco Vera i Carlos Revilla**

Recorregut: 10 km amb un desnivell de ↑360 m / ↓360 m i 3:30 hores de durada.
Dificultat: Sense.
Cal portar: Esmorzar, aigua, botes i bastons.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h.
Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/N7gdn> (Es realitzarà una ruta de característiques similars per la mateixa zona.)

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b967a65eab>

Dijous - 12 - Tothom

Programació del primer semestre del 2027 (Seu CMM)

Vocal: **Alfons Fernández**

A les 20:00 hores, en el Club, programació de les activitats del primer semestre del 2027. La programació la fem els socis que ens reunim i fem propostes. Animeu-vos i veniu a la reunió i proposeu aquelles activitats/excursions que us agradaria compartir amb els companys del Club.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b96a21d51b>

Dissabte - 14 - Senders

GR 2, etapa 4. De Besalú a Santa Pau

(Garrotxa)

Vocal: **Jordi Luque**

Recorregut: 19,1 km amb un desnivell de ↑670 m / ↓360 m i 4:45 h de durada.
Dificultat: Mitjana.
Cal portar: Esmorzar, dinar, aigua i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h.
Transport: Autocar.
Preu: 20,00€ (Soc) 26,00€ (No soci)

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b96d222241>**Dijous - 19 - Grup Dijous**

Matinal: Santa Maria de Martorelles, Camí de Can Girona, Turó del Montcau

(Vallès Oriental)

Vocals: **Francisco Vera i Carlos Revilla**

Recorregut: 10,2 km amb un desnivell de ↑507 m / ↓507 m i 4:30 hores de durada.
Dificultat: Mitjana.
Cal portar: Esmorzar, aigua i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h.
Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/nn62f> (Es realitzarà una ruta de característiques similars per la mateixa zona.)Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b9748ce369>**Dissabte - 21 - Tothom**

Matinal: Taller de marxa nòrdica amb les parelles lingüístiques del Servei Local de Català per Gallecs

(Vallès)

Vocals: **Mercè Cervera i Lluís Mas Pi**

Recorregut: 3 km amb un desnivell de ↑50 m / ↓50 m i 3 hores de durada.
Dificultat: Sense.
Cal portar: Bastons i aigua.

Lloc de sortida: Pistes d'atletisme a les 9:30 h.
Transport: A peu.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b9782dda57>**Diumenge - 22 - Extrem**

Camí de Ronda de Platja d'Aro a Palamós.

(Baix Empordà)

Vocals: **Toni Baldó i Bartomeu Butjosa**

Recorregut: 9 km amb un desnivell de ↑150 / ↓135 i 3 hores de durada
Dificultat: Baixa.
Cal portar: Esmorzar, aigua, bastons i equip personal,

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h.
Transport: Autocar.
Preu: 18,00€ (Soc) 21,00€ (No soci)

Opció de dinar: pícnic o restaurant **Rest. Hotel Marina (Palamós)**. El preu és de **32 € tot inclòs**.Si us plau, **porteu l'import exacte**.Les places són limitades i s'esgoten ràpidament. Si hi esteu interessats, recomanem que **reserveu com més aviat millor**.**Important:** l'import de l'autocar **no es retornarà en cas de baixa durant els cinc dies anteriors a la sortida**.

Gràcies!

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b981cdd105>**Dijous - 26 - Grup Dijous**

Matinal: Matadepera - Balma Penitent - Cova de les Ànimes - La Mola

(Sant Llorenç del Munt)

Vocals: **Carlos Revilla i Francisco Vera**

Recorregut: 8,5 km amb un desnivell de ↑700 m / ↓700 m i 4:30 hores de durada.
Dificultat: Mitjana.
Cal portar: Esmorzar, aigua, botes i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 6:45h.
Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/ooOvk> (Es realitzarà una ruta de característiques similars per la mateixa zona.)Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b97b1e30e3>

Recorregut: 9,7 km amb un desnivell de ↑680 m/ ↓680 m i 4:30 hores de durada.**Dificultat:** Mitjana.**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua, botes i bastons.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7:30h.**Transport:** Vehicles particulars.**Cartografia:** <https://tuit.cat/z0Lrk> (Es realitzarà una ruta de característiques similars per la mateixa zona.)**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/6a5b97e1afeb1>

Calaix

Caminar per carretera

Quan una ruta ens obliga a caminar per una carretera **fora de població**, cal tenir molt present:

- **Normalment, circularèm per l'esquerra**, de cara als vehicles que venen de front.
- **Si som un grup de persones organitzat o dirigit per un responsable, hem de circular per la dreta**, en el sentit de la marxa.
- Si hi ha **voral transitable**, caminarem pel voral; si no, **tan a prop com sigui possible de la vora de la calçada**.
- En grup, **anirem en fila índia**, especialment si no hi ha prou espai.
- Per **creuar la carretera**, escollirem sempre un lloc amb bona visibilitat, evitant corbes, canvis de rasant i obstacles.
- Si és **de nit o hi ha poca visibilitat**, hem de portar elements **lluminosos o reflectants homologats** i és recomanable portar roba clara.

👉 **Per a les sortides del Club:** si hem de transitar per carretera, anirem **ben agrupats, en fila i per la dreta**, fent-nos visibles i seguint sempre les **indicacions del responsable de la sortida**.

Més informació: <https://www.dgt.es/muevete-con-seguridad/viaja-seguro/a-pie/>

RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE FEDERAT FEEC 2026, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (7 €/DIA)!!